

Gesundheitsinformation

Die Seite hilft dabei, Vor- und Nachteile wichtiger Behandlungsmöglichkeiten und Angebote der Gesundheitsversorgung zu verstehen.

www.gesundheitsinformation.de

11 6 11 7

Kompakte Patienteninformationen der KBV mit übersichtlichen Schaubildern zu ambulanten psychotherapeutischen Versorgungsangeboten wie Einzel- und Gruppentherapien.

www.116117.de/psychotherapie

SONSTIGE

Online-Apps

Digitale Gesundheits-Apps (DiGA) können die Versorgung psychisch kranker Menschen ergänzen, indem sie z. B. präventiv genutzt werden oder um Rückfällen vorzubeugen. Ein aktuelles Verzeichnis der vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) geprüften und zugelassenen Angebote findet sich unter:

<https://diga.bfarm.de/de/verzeichnis>

www.kvno.de

Herausgeber

Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein
Körperschaft des öffentlichen Rechts
40182 Düsseldorf

Mai 2022

Kontakt



Kooperationsberatung für
Selbsthilfegruppen, Ärzte
und Psychotherapeuten

Die KOSA ist eine Fach- und Beratungsstelle innerhalb der KV Nordrhein. Wir setzen uns für einen konstruktiven Dialog zwischen Ärzten, Psychotherapeuten und Patienten ein. Unser Angebot:

- qualifizierte Beratung und Information über Selbsthilfeaktivitäten in Nordrhein
- Organisation interdisziplinärer (Fortbildungs-)Veranstaltungen
- landesweite Netzwerk- und Gremienarbeit mit diversen Institutionen aus dem Gesundheitsbereich
- Erstellung von Broschüren und Fachinformationen für die Öffentlichkeit.

Kassenärztliche Vereinigung Nordrhein
KOSA
Tersteegenstr. 9
40474 Düsseldorf

Telefon 0211 5970 8090
Fax 0211 5970 9090
E-Mail kosa@kvno.de

www.kvno.de | Praxis | Service | Selbsthilfe/KOSA

BILDQUELLEN
iStock | wildpixel

Kassenärztliche
Vereinigung
NORDRHEIN



Kooperationsberatung für
Selbsthilfegruppen, Ärzte
und Psychotherapeuten

Psychische Erkrankungen

Engagiert für Gesundheit.



PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN

Die Zahl der psychischen Erkrankungen in der Bevölkerung nimmt seit Jahren kontinuierlich zu. In Deutschland ist pro Jahr fast jeder dritte Erwachsene betroffen, Frauen häufiger als Männer. Am stärksten steigt die Erkrankungsrate bei Kindern und Jugendlichen.

Angststörungen und Depressionen sind die beiden häufigsten psychischen Krankheitsbilder. Sie wirken sich in hohem Maße auf die Lebenssituation der Betroffenen und ihrer Angehörigen aus. Die Ursachen, die die Seele aus dem Gleichgewicht bringen können, sind zahlreich.

Neben dem Hausarzt können sich Erkrankte auch direkt an Vertragspsychotherapeuten, Neurologen oder Psychiater als Anlaufstelle wenden.

Wo kann man darüber hinaus Hilfe und Beratung finden? Wo sich qualitativ hochwertig informieren? Und wie lassen sich Wartezeiten auf Therapieplätze überbrücken?

In diesem Flyer sind hilfreiche Webseiten und Beratungsangebote aufgelistet.

TERMIN-SERVICESTELLE (TSS)

Die TSS unterstützt bei der Suche nach einem Arzt- und Psychotherapeutentermin. Vermittelt werden psychotherapeutische Termine wie Sprechstunden, Akutbehandlung oder probatorische Sitzung. Täglich rund um die Uhr erreichbar unter der Nummer 11 6 11 7. www.116117.de

SELBSTHILFE

Selbsthilfegruppen können eine wichtige und sinnvolle Ergänzung zur medikamentösen und/oder psychotherapeutischen Behandlung sein. Regionale Selbsthilfegruppen in Nordrhein-Westfalen finden sich hier: www.selbsthilfenetz.de

BAPK

Der Bundesverband der Angehörigen psychisch erkrankter Menschen e.V. ist aktiv für die Belange der Familienangehörigen psychisch Erkrankter und vermittelt wertvolle Informationen. www.bapk.de, Landesverband NRW: www.lv-nrw-apk.de

TELEFONISCHE BERATUNGSDIENSTE

Telefonseelsorge

Erkrankte und Angehörige bekommen hier täglich 24 Stunden anonym und kostenlos Soforthilfe von geschultem Personal. Tel.: 0800-1110111, auch Mail-, Chat- und Vor-Ort-Beratung. www.telefonseelsorge.de

Kinder- und Jugendtelefon

Schon seit 1980 gibt es speziell für Kinder und Jugendliche das kostenlose Beratungsangebot von „Nummer gegen Kummer“. Telefon 116 111 oder Telefon 0800 11 10 333, www.nummergegenkummer.de

Info-Telefon Depression

Die Hotline der Stiftung Deutsche Depressionshilfe informiert über Anlaufstellen bei psychischen Problemen. Telefon 0800 3344533

SeeleFon

Das Seelefon des Bundesverbands der Angehörigen

psychisch erkrankter Menschen bietet Selbsthilfe-Beratung zu psychischen Erkrankungen. Telefon 0228 7100 2424

INFORMATIONSANGBOTE

Stiftung Deutsche Depressionshilfe

Die Deutsche Depressionshilfe bietet umfangreiche Informationen, etwa einen Selbsttest sowie eine Online-Schulung „Altersdepression“ für pflegende Angehörige. Sie ist zudem Ansprechpartner für das Deutsche Bündnis gegen Depression. Dem haben sich zahlreiche Städte und Kommunen angeschlossen und engagieren sich auf lokaler Ebene. www.deutsche-depressionshilfe.de

Aktionsbündnis für Seelische Gesundheit

Das Aktionsbündnis mit über 125 Mitgliedsorganisationen hat zum Ziel, psychische Erkrankungen nicht länger zu tabuisieren. www.seelischegesundheit.net

Psychenet

Das Portal bietet wissenschaftlich fundierte Informationen zu häufigen psychischen Erkrankungen sowie weiteren Themen rund um psychische Gesundheit. Es stellt Selbsttest und Aufklärungsmaterialien zur Verfügung und listet Krisenanlaufstellen. www.psychenet.de

Stiftung Gesundheitswissen

Die Webseite liefert umfangreiche Gesundheitsinformationen und filtert Stellen, an die man sich bei psychischen Problemen wenden kann. www.stiftung-gesundheitswissen.de